

## 出行更舒适 停车更智能

# 我市打造慢行友好型城市



## 在AI浪潮中 坚守纸笔温度

■ 北思

最近，人工智能（AI）热度持续攀升，其在多领域的运用成果令人惊叹，很多“以纸笔为生”的人开始借助AI进行创作。你用“DeepSeek”写文章了吗？你用“豆包”生成图片了吗？你用“聪明灵犀”画画了吗？……这已成为人们交流的新话题。

借助AI，输入关键词，几秒钟就能得到一篇初稿，不仅没有语法错误，还夹杂着诙谐幽默的词语，满足了各种写作场景的需求。有人说AI解放了人的头脑和双手，也有人欣慰AI解决了孩子写作的难题。的确，AI的运用让很多人的工作效率得到提升、个性化需求得到满足、创作灵感一次次被激发……无论是文学、音乐，还是绘画、设计，甚至是新闻评论，AI都能打破边界，给人意想不到的惊喜。

然而，即便科技的车轮滚滚向前，我们仍应坚持以自我为核心的创作，坚守纸笔温度，因为这样的传统行为有着AI无法触及的独特价值。尤其是广大青少年，倘若过早习惯了借助AI写作或绘画，学习能力、思维锻炼及情感表达等都会受到影响。

自我创作是情感与思考的深度交融。当你在电脑前敲击键盘进行文学创作时，每一次笔触都是思考的具象化，带着你当下的情绪、心境，写作时的停顿、疾书，都反映出你内心的波澜；当你在纸张上挥毫泼墨或一气呵成，每一个大字或图案都是灵感的落地，是你与艺术的认知和情感；做读书笔记，旁批上的灵光一闪，是你与作者跨时空对话后的真实感悟……而AI生成的文字，无论多么精妙，都只是基于算法和数据的排列组合，缺乏情感的深度与温度，无法在字里行间传递灵魂的震颤。

在AI时代，借助人工智能提升工作效率无可厚非，但我们仍应珍视并坚持以自我为核心的创作。因为这是情感的寄托、心灵的锻炼，更是文化传承的纽带。让我们在数字洪流中，守住人类特有的思想与情感，在指尖与纸张的触碰间，在手指与头脑的链接中，守住内心的宁静与人文的根脉。



## 节后家政市场升温 “一老一小”照管需求旺

本报讯（记者赵宝梅）最近，随着节后上班族陆续返岗，沧州家政市场也开始迅速升温。面对保姆、月嫂、老年护理人员等“一老一小”照管的大量订单，各家家政公司异常忙碌。

“运河区天成郡府小区，照顾一岁半孩子，会做婴幼儿辅食……”“人民公园附近，为八旬可自理老人做饭、打扫卫生，日常陪伴……”这几日，沧州丽洁家政服务公司接到了多个照管“一老一小”的订单。据负责人介绍，节前公司接到的订单主要是保洁，而节后基本上为保姆、育儿嫂等。“这几天平均一天接二三十个订单，每天都忙得为客户匹配家政服务人员。”负责人说，为了迎接这波流量，他们还在招聘平台上注册了会员，每天都有求职者前来应聘。

记者了解到，受供需关系影响，节后家政服务人员的薪资也出现小幅上涨。以育儿嫂为例，目前市场价格较节前上涨了300元至500元。而且，今年家政从业人员呈年轻化，一些80后、90后女性考虑到月嫂、育儿嫂薪资高，纷纷进入这一行业。“我们公司一名学学前教育的育儿嫂很抢手，她年轻有朝气，还懂教育和心理学知识，月工资能拿到8000多元。”丽洁家政服务公司负责人说，有知识、肯吃苦，在哪个行业都错了。

为满足市场需求，目前我市多个家政公司积极参加“春风行动”招聘会，同时对务工人员老年护理、育儿、保洁等方面的培训，为市场补充更多高素质的家政从业人员。

■ 本报记者 赵宝梅

日前，《沧州中心城区步行与自行车交通专项规划》《中心城区机动车停车设施专项规划（草案）》完成公示，为中心城区打造慢行友好型城市与街道、提升停车设施供给等提供了依据。规划期至2035年。



城市道路慢行系统效果图

## 打造慢行友好型城市与街道

慢行友好型城市与街道，是以步行、自行车等慢行交通方式为核心，注重人性化设计和可持续发展的城市空间。其目标是创造一个安全、舒适、便捷的环境，鼓励人们减少对机动车的依赖，促进健康、环保的生活方式。

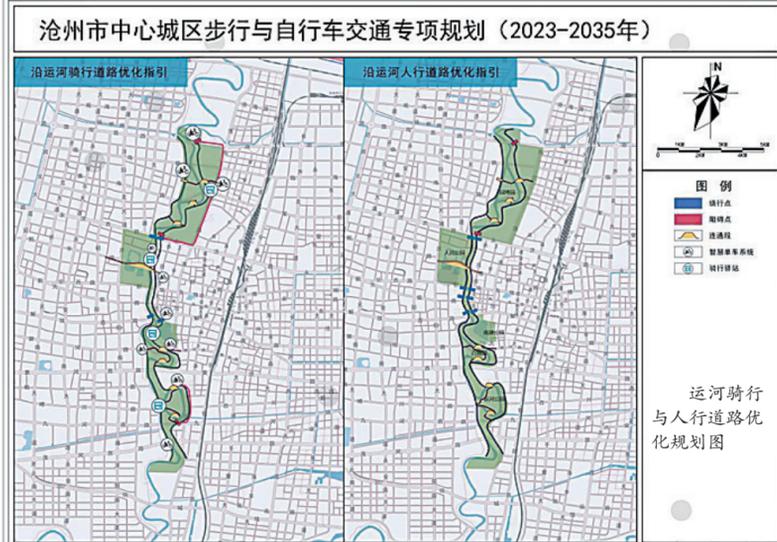
针对慢行不连通、不安全、不舒适等问题，我市以中心城区慢行指数评估为依据，将打造慢行友好型城市与街道，实现沧州市低碳、健康、活力慢行发展目标。《沧州中心城区步行与自行车交通专项规划》规划范围为：沧州中心城区内，石黄、京沪、京台高速公路所围合的区域，叠加新华区、运河区行政辖区，总面积343.24平方公里，包括新华区、运河区行政辖区和沧县杜林镇、捷地回族乡、纸房头镇、汪家铺镇、风化店乡、姚官屯镇部分村镇土地。

根据规划，步行道路网络将规划六横六纵一级步行道，保障行人优先权与环境需求，严禁机动车占压步行道；规划五横七纵二级步行道，保障行人交通空间与基本环境需

求；以社区尺度步行为主，规划三级步行道满足沧州市民短途通勤和健身需求。

骑行道路网络将规划六横七纵一级自行车道，主要承担通勤联络、到发集散等多种复合型功能；规划六横八纵二级自行车道，连接和服务道路两旁的建筑区域，方便人们在周围的区域之间骑行；规划三级自行车道满足沧州市民短途通勤、通学骑行需求。

低碳慢行友好示范区，将建设打造慢行友好型公园、慢行友好型学校、慢行友好型住区、慢行友好型商圈。核心区通学优先区与校前保护段规划：划定通学优先区与校前保护路段，校前保护段的通学道路分为路、街、巷三个层级。具体控制指标包括限速30公里/小时、道路宽度标准、警示立牌间距、地面彩色铺装、交叉口过街设施及自行车道和人行护栏与护学步道设置等。运河骑行与人行道路优化规划：结合大运河国家步道建设项目，对运河堤顶路慢行路网进行优化，包含改造过街设施、新建自行车桥梁、建设健康单车系统与骑行驿站等。



## 增加停车设施供给

随着汽车保有量的逐年增加，停车难问题也愈发凸显。规划建设供需相适、布局合理、智能高效、便捷可及、绿色低碳、群众满意的停车系统，是实实在在的民生大事，将为全面建设新时代经济强市、美丽沧州提供有力支撑。

《中心城区机动车停车设施专项规划》规划范围为：京沪高速公路、石黄高速公路和京台高速公路所围合区域，总面积343.24平方公里，包括运河区、新华区、高新区、经济开发区和沧县、青县部分用地。

中心城区路外公共停车场规划：按照“建成区挖潜补缺，新建区精准供给，合理引导交通”的总体思路，对现状设施规模短缺或布局不平衡的地区进行补充，缓解重点地区停车矛盾。已建成小区以及医院、学校周边、商业区等重点地区通过贴边需求规划建设独立占地公共停车场及利用相关用地新增兼容性公共停车场，提升地区停车泊位供给水平；医院、学校周边、商业区等重点地区在上述类型公共停车场基础上，通过医院内部扩容、操场空间复合利用、商业

区停车共享等手段，进一步提升出行车位供给水平；公共交通服务覆盖不足区域通过建设独立占地及兼容性公共停车场，提升路外公共停车场供给，满足小客车出行停车需求。

中心城区道路停车位规划：将强化城市街道U型空间停车位管控，规范和优化建筑退线空间停车位秩序。停车泊位应严格管控，通过明确限行路段和区域，进一步加强路内停车管理，形成“停车入位”的驾驶理念。

中心城区停车设施共享规划：将探索通过

多样化手段推动事业单位、城市公共场馆以及其他公共建筑停车设施对外开放服务。提高停车泊位共享共用效率。老旧建筑停车设施增容规划：老旧小区将结合交通组织，充分利用道路空间、通道空间，增设停车位，同时保证应急救援车辆通行。同时挖掘楼前、楼间空间，保障车位与住宅间距，减少对住宅的噪音、光照干扰，保证人行空间。有条件的医院，将通过立体空间挖潜的方式在医院内部增建机械式停车楼、自走式停车楼和地下车库，实现医院内部停车资源扩容。

## 镜头下的时代印记

■ 本报记者 赵宝梅 本报通讯员 郎文生 摄影报道

生态自然的大运河、风景优美的南大港湿地、烟火气十足的街巷、令人垂涎的非遗美食……最近，在南川老街朗吟楼北广场，由沧州市摄影家协会等单位主办的“沧州·城事”摄影展受到市民关注，264幅摄影作品，分为生态、非遗、人文三大板块，让人们在光影中再一次见证沧州这座城市的魅力。

### 双遗产城市魅力彰显

京杭大运河沧州段作为世界文化遗产，正以崭新的面貌迎接各地游客；南大港候鸟栖息地被列入世界自然遗产，是万千候鸟的温馨家园。多年来，沧州摄影人拍摄运河、湿地的照片数不胜数。

运河两岸的四季风光、运河河道的生态景观、运河岸边的市井烟火……众多运河图景，反映出近几年沧州段运河的生态与景观变化。摄影师刘连升十多年坚持拍摄运河，他镜头中的运河，既有南川楼、朗吟楼的光影交错，又有两岸老街区百姓的生活日常。一张张图片，尽显运河的变

迁与人文情怀。

一张张拍摄于南大港湿地的图片，无论是丰茂的草甸、翱翔的群鸟，还是湛蓝的天空，都展现出世界自然遗产的壮丽景象。很多市民在欣赏图片的同时，还翻拍下自己喜欢的场景。

### 旧貌新景展现城市变迁

高楼林立的城市一角、满眼绿色的生态公园、烟火气十足的小巷街景……一幅幅摄影作品定格了城市的瞬间，这些图片中，既有老日的城市景观，也有崛起的新城新景……这些“时间胶囊”让人们看到了一座城市流动与发展的印记。

昔日商贩云集的赵庄西街，尽显百姓生活常态，理发的、遛弯儿的、买东西的……摄影师王韬拍摄的组图《赵庄西街》，让人们看到这座城市的烟火气，也勾起观赏者对城市老街区满满的回忆。

园博园风光旖旎、南川老街古韵浓郁、城市街道开阔通畅……一张张饱含情感与故事的城市图景，更像是沧州城市变迁的一次回顾。市集摊贩的吆喝、百姓脸

上的微笑，反映出这座城市的温暖与包容。

### 非遗“入镜”尽显人文情怀

金黄的麦田旁，蓝天白云下，杂技艺人勤学苦练，成为一道靓丽的风景；公园里，武术爱好者武动拳脚，动作行云流水……在非遗传与人文交织的图景中，人们惊叹于沧州非遗项目的传承赓续，更为手艺人对百年技艺的坚守与执着叫好。

一组展现沧州非物质文化遗产——黄骠面花及面花模具的图片中，刚出笼的面花在热气环绕中，似乎散发出早碱麦的香气；形状各异的面花模具，塑造出栩栩如生的面花图案，可观的销量让面花产业越做越大。不少观者感叹，沧州非遗美食名不虚传。

来自天津的游客张慧，来南川老街游玩，无意间看了这个摄影展，通过参观，她对沧州的城市建设和历史文化都有所了解。“感觉沧州是座活力满满的城市，烟火气也很浓。”张慧说，透过图片，她领略了沧州武术和杂技的魅力，也感受到浓浓的人文情怀。



▲「沧州·城事」摄影展现场

